

# La satisfacció en l'esport depèn del gènere?

Mercè Rosich i Vilaró

*Paraules clau:* satisfacció, esport, competició, gènere, espectacle, mitjans de comunicació, socialització

**E**n l'actualitat es valora que un dels fruits de la nostra civilització és l'esport i es pronostica que el segle XXI serà el gran segle de l'esport. Els homes i les dones, han après a utilitzar el seu cos de manera que els proporcioni el màxim de plaer, tan físic com mental i sabem, que l'esport no tan sols serveix per a millorar uns resultats o mantenir una adequada imatge física sinó que la seva essència és la qualitat de les experiències que ens proporciona (M. Csikszentmihalyi, 1997).

Però, encara avui és una realitat que la presència de la dona en els diferents àmbits esportius: afició, participació, competició, seguiment, implicació, direcció, etc., és menor tant, qualitativa com quantitativament.

Per tal de contrastar aquesta afirmació i comprovar les possibles diferències de satisfacció en la pràctica i implicació esportiva de la dona respecte les de l'home, s'han desenvolupat dues recerques amb estudiants universitaris de Catalunya. Per aquestes recerques, s'ha utilitzat *l'escala de satisfacció en l'esport*, ESE (Rosich, M., 1999 i revisada i validada el 2004) que valora la seva percepció de satisfacció en l'esport

tant a nivell físic, psíquic i social, amb la competició i com a espectador de l'esport.

Com a base de reflexió analitzarem la incidència de la socialització com a element transmissor de pautes, valors socials, cultura esportiva i les repercussions que ha provocat en el procés de socialització vincular conceptes esportius amb la masculinització.

Veurem doncs, com les pautes de socialització esportiva que s'han transmés freqüentment entre els infants i adolescents, estan provocant encara en l'actualitat diferències significatives en la percepció de satisfacció de l'esport.

### **Socialització i esport**

S'entèn per socialització la transmissió de pautes culturals vigents en un grup determinat i la interiorització que en fa cada persona adaptant la seva personalitat i que el capacita per a desenvolupar-se amb eficiència dins la societat. Implica un ajustament constant a la dinàmica social i acceptar alhora les normes, els valors i les formes de comportament dominants.

La socialització varia segons les diferents circumstàncies socials:

- Persones en situació d'aprenentatge (Qui)
- Els agents socialitzadors com a models de referència (Amb qui)
- Les situacions socials en què es dona (On)

Si valorem la socialització des d'una perspectiva esportiva, podem diferenciar:

- Socialització esportiva: procés mitjançant el qual la cultura esportiva és adquirida pels subjectes socials, i que s'incorpora a la seva personalitat individual. En aquest cas, el principal agent socialitzador és la família, i tradicionalment ha estat el pare l'agent socialitzador de l'hàbit esportiu, cosa que ha provocat que a l'esport s'hagin associat aspectes com: força, coratge, virilitat, competitivitat, agressivitat, duresa, etc., és a dir, un clar exemple de masculinització.

D'altra banda, els processos de socialització que han tingut a la mare com a primer referent, han emfasitzat pautes de conducta

basades en l'harmonia, la subtileza, la dolçor, l'estètica, etc., i s'ha mostrat menys tendència a exercitar-se esportivament a nivell competitiu però ha obert noves vies dins l'àmbit esportiu i ha provocat la classificació d'esports catalogats com a masculins o femenins.

El sistema educatiu és un altre agent important de socialització i, tot i que l'educació física forma part del currículum obligatori, no sempre és garantia de la continuïtat de la pràctica esportiva fora de l'àmbit escolar.

Un altre dels agents més forts de socialització són els mitjans de comunicació (premsa, ràdio i televisió), que s'han convertit en els grans ambaixadors de la cultura esportiva. Malauradament, però, poc han fet ni estan fent per ressaltar la importància de la participació de la dona en l'esport; només cal llegir qualsevol diari esportiu del país per constatar-ho. També avui hem de tenir en compte tot el material lúdic adreçat als infants en què els personatges dels diferents jocs quan tenen referència esportiva són generalment sempre masculins.

- Socialització a través de l'esport: la cultura esportiva com a facilitadora de recursos i mecanismes per a l'esportista que li serviran per a integrar-se d'una manera eficaç i positiva a la societat. L'esport permet desenvolupar tot un seguit de processos d'interacció ja que s'aprèn a interioritzar normes i pautes socials reconegudes com a vàlides per la majoria de practicants (conformitat normativa), a reconèixer-se a si mateixos amb relació als altres (identitat), a afirmar-se en situacions adverses (autonomia individual) i a comprometre's amb el col·lectiu al qual pertanyen (solidaritat).

És evident que en la socialització a través de l'esport també hi influeixen altres variables més enllà del gènere: edat, posició social, creences, diferències de personalitat, ...

## Gènere i esport

Per *gènere* entenem com les diferències biològiques referents al sexe s'interpreten i es tradueixen en comportaments, actituds, valors, expectatives socials... pròpies. O sigui, podem parlar de rols socials i no pas d'una realitat biològica.

A la nostra societat i dins el marc d'un sistema patriarcal, es construeixen dos grans estereotips:

- a. Feminitat: sensibilitat, comprensió, passivitat, submissió, intuïció...
- b. Masculinitat: força, agressivitat, competència, amb èxit, pràctics...

Els estereotips són representacions mentals simplificades de determinats grups pel que fa al seu comportament, actituds, valors, expectatives, etc., que determinen i configuren una etiqueta social que ens informa sobre quin és el paper d'un individu en funció de la seva pertinença a un grup.

En general, les dones es relacionen amb l'esport d'una manera molt diferent a com ho fan els homes. Per exemple:

- No fan esport perquè aquest s'associï a valors tradicionalment masculins.
- No s'autorepresenten el propi cos en situació esportiva, cosa que els impedeix practicar-lo perquè contradiu els seus hàbits i representacions corporals.
- No disposen del temps necessari per fer esport ja que el seu temps lliure és residual.
- Busquen esports amb més expressivitat, acompanyats de música i que són aparentment menys competitius (natació, aeròbic, gimnàstica rítmica, dansa...).

Hi ha també punts comuns sobre les raons per les quals els homes i les dones realitzen aquesta pràctica esportiva:

- Com a font de salut.
- Per atendre el propi cos.
- Per diversió.

Per una altre banda, s'incrementa el nombre d'homes interessats en altres tipus d'esports valorats tradicionalment com a femenins (yoga, pilates, gimnàstica de manteniment,...). Afortunadament, a poc a poc, les persones al marge del seu gènere, trien l'esport o activitat física que els ve de gust, fora dels propis estereotips.

## Motius per a la pràctica esportiva

Tal com hem esmentat, homes i dones tenen punts en comú per motivar-se a desenvolupar una activitat esportiva. Estudis fets per Biddle i Nigg (2000), indiquen que algunes de les raons per fer exercici físic van en la línia de:

- Disfrutar amb l'activitat.
- Tenir beneficis potencials per la salut.
- Oportunitat per interaccionar i conèixer gent nova.
- Repte de superació personal.

Aquests autors ens matitzen que els motius més important per les dones, en comparació als dels homes, són:

- Control del pes.
- Millora de l'aparença.

És evident que la pràctica regular i controlada de l'exercici, té beneficis per la salut. Els beneficis més importants són: l'augment general de la capacitat funcional dels òrgans i sistemes, disminució del ritme cardíac, l'augment del bombeig sanguini al cor, l'increment de la capacitat pulmonar, l'augment de la força muscular, millora de l'oxigenació muscular perifèrica, disminució dels nivells de lactats en sang, augment de l'alliberament d'endorfines, millora de l'estructura i funció dels lligaments i articulacions, possibilitat de normalitzar la intolerància a la lactosa, etc.

Però, altres investigacions, no només manifesten beneficis físics sinó que també remarquen efectes emocionals i socials. Willis i Campbell (1992) en els seus estudis, ens demostren que l'exercici físic produeix uns efectes psicològics positius per l'individu.

El benestar psicològic, producte de l'activitat física i l'esport, és un dels temes que més interès ha provocat entre els psicòlegs de l'esport. Guillén, Castro i Guillén (1997), presenten alguns d'aquests beneficis psicològics: el mestratge, la paciència, la capacitat per al canvi, la capacitat de generalització, la distracció que proporciona, els hàbits positius que genera, el desfogament que proporciona,...

Altres estudis, han trobat relació entre l'activitat física i l'esport en la millora de la depressió, l'ansietat, l'estrès, l'autoconcepte o autoestima, l'estat anímic i altres trastorns psicològics com fòbies,

problemes de son, agressivitat, passivitat, pessimisme, problemes d'inadaptació, etc.

També Sánchez Bañuelos (1996) ens ressalta els efectes positius de caràcter psicosocial que estan relacionats amb la pràctica esportiva, centrant-se en la influència que té la pràctica esportiva en la persona i la seva interacció amb altres practicants o participants dins l'esport. Alfaro (2000), recopila també altres efectes psicosocials de l'activitat esportiva: facilita el contacte amb l'entorn social i les relacions interpersonals, afavoreix l'acceptació de normes socials, contribueix a la formació del caràcter dins del marc dels valors i les actituds (autocontrol, voluntat, disciplina, honradesa, superació personal, participació,...), proporciona un recurs important per l'ocupació del temps d'oci, genera hàbits de vida saludables que prevenen el consum d'alcohol, tabac i altres substàncies nocives i ajuda a l'adopció d'un estil de vida d'acord amb les pautes de conducta pròpies de la societat del nostre temps.

Per tant, de la pràctica esportiva podríem manifestar que tant per la dona com per a l'home:

- Produeix beneficis per a la salut.
- Pot generar hàbits de vida saludables.
- Provoca efectes psicològics positius.
- Facilita el desenvolupament d'aspectes psicosocials.

### **Competició i espectacle esportiu**

L'esport però, no sempre es presenta com un element associat a la salut i al lleure sinó que es pot presentar com una activitat altament competitiva, ja sigui que forma individual o grupal, on els participants estan obligats a donar el màxim de sí mateixos per obtenir el rendiment i els resultats esperats tant per ells com pels seguidors. Estem parlant de l'esport competitiu que degut al seu alt nivell de competència es converteix en un espectacle esportiu i arrossegarà un nombre molt significatiu d'espectadors. Des d'aquesta perspectiva, podem analitzar dos factors: els protagonistes de la competició, és a dir, els competidors de les diferents modalitats esportives, i els espectadors que buscaran diversió, emoció, satisfacció, il·lusió i distracció en l'espectacle que els oferiran els esportistes. Per tant, podem també afirmar que l'espectadorisme actiu o mediatitzat és una de les característiques més rellevants de

l'esport actual. Tanmateix, podem afegir que en la nostra societat, l'esport és un dels objectes preferits pels mitjans de comunicació ja que el temps dedicat a la lectura esportiva, l'audiència de ràdio i transmissions televisives esportives, és molt més gran que la pràctica activa del mateix.

Els mitjans de comunicació, subministren informació, provoquen experiències estàtiques i emocions excitants i acompanyen hores de temps lliure i oci (Masterman, 1993); a més, s'han convertit en autèntics coactors de l'espectacle esportiu (Morgan, 1994).

És fàcil observar les reaccions que pot produir el resultat d'una competició sobre els aficionats, encara que certament, poden ser diverses i moltes vegades imprevisibles. Generalment però, la victòria de l'equip preferit o un bon resultat d'un esportista individualment, provoca alegria, satisfacció i optimisme, sentint-se com a propi l'èxit obtingut per el seu equip o ídol. A la contra, un resultat advers provoca sentiments de vergonya, desil·lusió, ira, ràbia i mal humor, podent arribar a generar actituds agressives i violentes. Davant de l'evidència dels efectes emocionals que senten els espectadors davant de qualsevol event esportiu significatiu per a ells/es, podem plantejar-nos que ser espectador o seguidor esportiu, pot generar un bon grau de satisfacció psicosocial ja que, tal i com hem esmentat anteriorment, els espectadors de l'event esportiu, es senten coparticipants de l'activitat i poden inclús, generar una simbiosi emocional amb els esportistes, arribant a sentir-se responsables del què està succeïnt.

McPherson i altres (1989), plantegen la teoria de les diferències individuals i postulen que els mitjans de comunicació, presenten imatges que atrauen a les característiques de la personalitat dels espectadors i lectors esportius. Segons Katz (1973), aquests mitjans satisfan necessitats cognitives, afectives, integradores i alliberadores. Així doncs, i segons afirmen Birell i Loy (1979), els mitjans de comunicació, en relació a l'esport, influeixen de quatre maneres diferents:

- La funció informativa-cognitiva facilita el coneixement de les competicions esportives i dels seus resultats principals.
- La funció afectiva subministra emoció i excitació.

- La funció integradora ofereix l'afiliació a un grup social i poder compartir experiències socials gratificants amb altres espectadors.
- La funció alliberadora permet treure, alleugerir o eliminar emocions contingudes.

Per a molts espectadors, la competició esportiva és percebuda simbòlicament com quelcom més que un esforç esportiu per a aconseguir punts o batre rècords, l'esportista és part important de les seves vides i els campions són percebuts com els herois dels temps moderns (Marsh, 1978).

Si ens centrem en els esportistes que ens permeten gaudir d'un bon espectacle esportiu, s'ha observat que la seva gran motivació és aconseguir el seu màxim rendiment i obtenir grans resultats que els puguin proporcionar més enllà de la satisfacció personal, beneficis econòmics, socials i valorar els seus màxims resultats com a objectiu final de la seva etapa esportiva.

Amb tot, si valorem el cicle vital de l'esport, ens adonem que pocs esportistes aconsegueixen completar el cicle. Són molts els que s'inicien en l'esport però són molt pocs els que es plantegen un entrenament intensiu que els permeti donar el salt a l'esport semi-professional o professional en funció de les seves modalitats. Aquest fet, ens empeny a reflexionar el perquè de l'abandonament prematur de la pràctica esportiva, principalment en el moment en què aquesta pràctica requereix més dedicació i esforç. Ben segur que hi ha raons obvies perquè molts esportistes no arriben a fer el gran salt al què ens referíem, per exemple: manca de capacitats per arribar a alts nivells, manca de motivació per a suportar grans càrregues d'entrenament, manca de temps per alternar entrenament i estudis o treball, dubtes a l'hora d'arriscar-se a dedicar-se plenament a l'activitat esportiva, etc.. Però també se'ns plantegen dubtes en relació a la satisfacció que produeix la pròpia competició esportiva. Seguint els pensaments de M. Csikszentmihalyi (1997), l'esport ens hauria de proporcionar experiències òptimes, és a dir, aquelles experiències que et porten a un estat de consciència en el que un arriba a estar totalment absorbit pel què està fent; seria una experiència harmònica on la ment i el cos treballen junts gairebé sense esforç, proporcionant a la persona la sensació que alguna cosa especial està passant, parlariem del fluïr. Però un requisit impor-



tant per a fluir és trobar un equilibri positiu entre els desafiaments que es creu que s’han d’afrontar i les habilitats que es creu tenir.

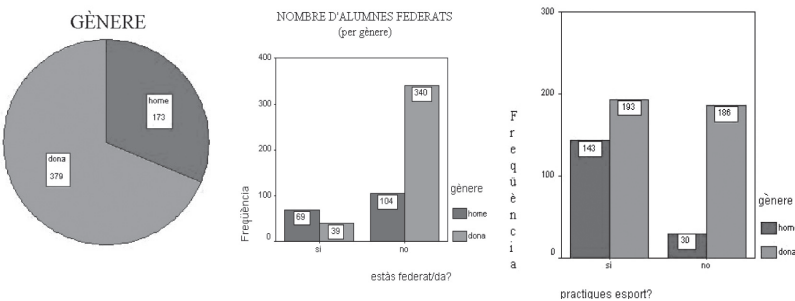
Davant d’aquestes realitats, el nostre interès de recerca es mou en tres nivells d’anàlisi:

- Nivell de satisfacció físic, psíquic i social.
- Nivell de satisfacció com a espectadors.
- Nivell de satisfacció en la competició.

Recerca sobre la satisfacció en l’esport

Per tal de poder avaluar els nivells de satisfacció en l’esport, es va elaborar un instrument de mesura fiable que valorés la percepció de la satisfacció en l’esport (“Escala de Satisfacció en l’Esport”: ESE-R; Rosich, M., 1999 revisada i validada al 2004). L’última edició d’aquesta escala, consta de 30 ítems i avalua tres dimensions: satisfacció física-psicològica-social, satisfacció com a espectador i satisfacció competitiva. Les respostes es recullen mitjançant l’escala tipus Likert de 4 punts: gairebé mai (1), a vegades (2), sovint (3) i gairebé sempre (4).

L’any 2004, es va desenvolupar un estudi amb universitaris catalans format per un total de 552 estudiants, 379 dones i 173 homes dels quals 143 homes i 193 dones eren practicants esportius i entre aquests, 69 homes i 39 dones estaven federats. La mitjana d’edat era de 21 anys i 11 mesos.



Per a dur a terme aquesta investigació, es van seguir tres passos diferenciats: elaboració i validació de l’instrument, selecció de la mostra i administració del qüestionari definitiu de tal mostra. Per l’administració es va demanar la col·laboració dels membres

de diferents universitats catalanes, tant del professorat com de l'alumnat a qui es va explicar detalladament l'objectiu de l'estudi i la importància que tenia la seva col·laboració per a poder dur aquesta investigació a terme.

Les dades obtingudes de l'ESE-R van ser sotmeses a un anàlisi de components principals amb rotació varimax per tal de conèixer l'estructura factorial de l'escala. La fiabilitat global de l'escala és alta (Alpha = 0,93). Mitjançant aquest anàlisi es van identificar 3 factors, tots amb una alta fiabilitat:

- satisfacció física –psicològica-social (Alpha = 0.92)
- satisfacció com a espectador (Alpha = 0.82)
- satisfacció competitiva (Alpha = 0.82)

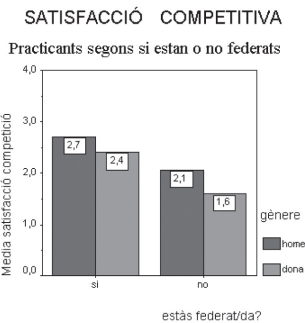
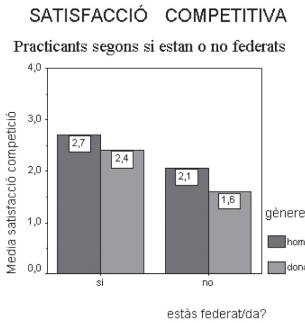
Factor 1: Satisfacció física-psicològica-social		
Ítem	Descripció	Saturació
1	Quan faig esport estic més relaxat/da.	0.581
2	Fer esport em distreu.	0.716
5	Fer esport em millora la salut.	0.507
6	Quan faig esport estic més content/a.	0.751
7	M'agrada compartir amb les meves amistats l'activitat física.	0.574
10	M'agrada cansar-me fent esport.	0.581
11	L'esport em dóna dinamisme i motivació per fer altres acti-	0.746
12	vitats.	0.554
13	L'esport m'ajuda a solidaritzar-me amb els altres.	0.551
14	Gaudeixo del temps lliure que tinc fent esport.	0.482
17	L'esport m'ajuda a tenir més amistats.	0.610
18	Sento físicament la necessitat de fer exercici físic.	0.606
19	M'agrada practicar algun esport.	0.568
20	A les meves amistats els agrada que faci esport.	0.628
21	L'esport millora les meves habilitats i qualitats físiques.	0.567
25	Necessito fer esport per sentir-me feliç.	0.578
28	Per a mi, l'esport és divertiment.	0.593
29	L'activitat física m'ajuda a dormir millor.	0.633
	La pràctica esportiva millora la confiança amb mi mateix/a.	

Factor 2: Satisfacció com a espectador/a		
Ítem	Descripció	Saturació
3	M'ho passo bé mirant programes esportius de la TV.	0.530
8	Sóc seguidor/a actiu/va d'algun equip esportiu.	0.755
15	Vaig a veure competicions esportives.	0.719
23	M'agrada parlar sobre temes esportius.	0.764
26	Llegeixo premsa esportiva.	0.775
30	Dedico molt temps lliure a mirar programes esportius.	0.753

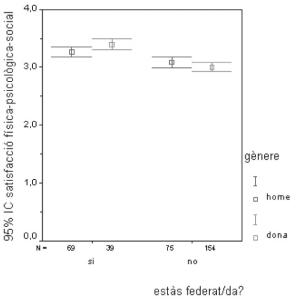
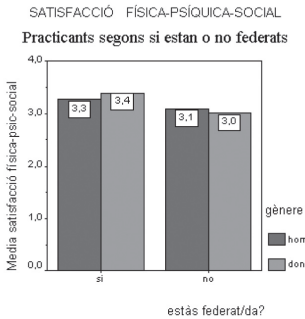
Factor 3: Satisfacció competitiva		
Ítem	Descripció	Saturació
4	M'agradaria arribar a ser un/a esportista d'elit.	0.590
9	M'agrada competir i guanyar.	0.536
16	Per a mi, l'esport és competició.	0.679
22	A través de l'esport guanyo reconeixement social.	0.625
24	Competeixo bàsicament per obtenir resultats i recompenses.	0.741
27	M'agrada comparar-me esportivament amb els altres.	0.631

**Anàlisi i discussió dels resultats obtinguts**

En els resultats obtinguts corresponents al factor satisfacció competitiva, comparant els obtinguts en relació al gènere i al fet d'estar o no federat, constatem una major satisfacció amb la competició dels estudiants que estan federats sense obtenir diferències significatives entre homes i dones. En canvi, els practicants no federats masculins, valoren més significativament la competició que les dones.



Si observem els resultats obtinguts en el factor físic-quíquic-social entre els federats i els no federats, els valors trobats mostren un alt nivell de satisfacció tant entre els federats com entre els no federats, siguin homes o dones. Cal destacar diferències significatives entre la satisfacció de les dones federades i les no federades, sent més alta, la satisfacció de les dones federades.



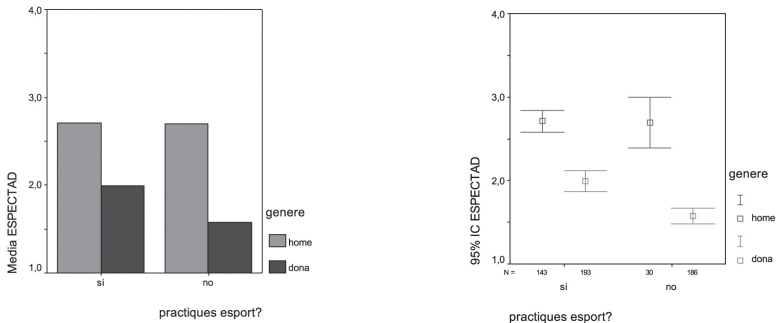
En relació al gènere, és important destacar que, encara que hi ha en general, menys dones federades que homes federats (segons les dades que ens ofereixen les diferents federacions esportives catalanes i estatals), si valorem la mostra d'aquest estudi, les dones federades presenten nivells semblants a l'home pel que fa a la satisfacció competitiva o inclús lleugerament superior en l'àmbit de satisfacció físic-quíquic-social de les mateixes. Aquest fet manifesta el compromís de les dones quan s'integren i participen directament d'una activitat, en aquest cas esportiva.

Amb tot, considerem que aquest estudi suggereix un camp més ampli d'investigació sobre satisfacció en la competició esportiva, que ens permeti orientar als professionals de l'esport i a les pròpies

esportistes perquè aprenguin a gaudir de la seva participació en les competicions esportives i així allargar el seu cicle de vida esportiva-competitiva.

Els resultats analitzats corresponents al factor satisfacció com a espectador, comparant els resultats obtinguts considerant el gènere i la pràctica esportiva, en relació a la seva percepció de satisfacció com a espectadors i seguidors esportius, constatem en els resultats obtinguts diferències significatives en el grau de satisfacció obtingut entre homes i dones, mostrant-se superior en els homes.

En els homes, no hi ha diferències significatives entre els practicants i els no practicants. D'altra banda, les dones si obtenen diferències significatives a la satisfacció com a espectadores esportives entre les practicants i les no practicants, sent superior la de les practicants.



Els resultats obtinguts ens mostren les diferències d'interés entre homes i dones en relació a l'esport, principalment, en la seva satisfacció com a espectador.

L'esport forma part encara d'uns hàbits socials on les dones, durant molts anys, n'han quedat al marge. Com ja hem esmentat, a l'esport se li han atorgat valors propis dels estereotips masculins i això ha provocat un tracte de desigualtat en homes i dones a nivell tan social com institucional, sent la seva presència escassa tant en la seva participació en l'esport d'èlit, com en el camp tècnic o federatiu. No obstant, hem de ser optimistes perquè sabem que la situació de la dona dins el marc esportiu està millorant. Si tenim

en compte que l'esport forma part d'uns béns als que totes les persones poden accedir per tal que el dret a la igualtat sigui garantit aconseguint així una normalització de les dones en l'àmbit esportiu, només ens quedarà aconseguir que el nombre de dones practicants, seguidores i aficionades a l'esport sigui cada cop més gran.

Tot i així, després de veure els resultats obtinguts en aquest estudi, acabaria aquest article amb la reflexió que plantejava a l'inici del mateix i que em porta a fer-me vàries preguntes que ara com ara no tenen resposta:

- Està variant el procés de socialització de les nostres nenes i noies cap a una cultura esportiva?
- Tenen clar els principals agents socialitzadors (família i escola) la importància de trencar certs estereotips socials en relació a l'esport?
- Quin paper juguen els mitjans de comunicació cap a l'interés de la dona en l'esport?
- Els interessa als mitjans de comunicació com a coautors de l'espectacle esportiu, incrementar l'audiència femenina?
- Com poden generar aquests mitjans de comunicació il·lusió en les dones cap a la recerca d'un bon resultat esportiu que els permeti plantejar-se una professionalització esportiva?
- Haurien de preocupar-se més els mitjans de comunicació per donar una major repercussió mediàtica dels resultats esportius femenins?
- Ha d'adaptar-se la dona a l'esport actual o és l'esport qui hauria de tenir en compte la idiosincràcia de la dona?

## REFERÈNCIES BIBLIOGRÀFIQUES

- Amigó, E i col. (2004), *Adolescencia y deporte*, Barcelona, Inde.
- Blasco, T. (1994), *Actividad física y salud*, Barcelona, Martínez Roca, S.A.
- Csikszentmihalyi, M. i Jackson, S.A. (2002), *Fluir en el deporte*, barcelona, Paidotribo.
- Cruz, J. i col. (1996), "¿Existe un deporte educativo?: papel de las competiciones deportivas en el proceso de socialización del niño", *Revista de psicología del deporte*, 9-10, pàgs. 111-132.
- Cruz, J. (2001), *Psicología del deporte*, Madrid, Síntesis.

- Diener, E. (1984), "Subjective well-being", *Psychological Bulletin*, 95, pàgs. 542-575 (Trad. Cat.: "El benestar subjectiu", *Intervención psicosocial*, 8, pàgs. 67-113).
- Dosil, J. (2004), *Psicología de la actividad física y del deporte*, Madrid, McGraw-Hill.
- Frisch, M. B. (1994), *Quality of Life Inventory*, Minneapolis, Computer National Systems.
- García Ferrando, M., Puig, N. i Lagardera, F. (comps.) (1998), *Sociología del deporte*, Madrid, Alianza Editorial.
- García Ferrando, M., Puig, N. i Lagardera, F. (comps.) (2002), *Sociología del deporte (2a. edición actualizada)*, Madrid, Alianza Editorial.
- Gutiérrez, M. (1995), *Valores sociales y deporte*, Madrid, Gymnos.
- Latiesa, M.; Martos, P. i Paniza, J.L.(comp..). (2001), *Deporte y cambio social en el umbral del siglo XXI*, Madrid, Librerías deportivas Esteban Sanz.
- Marsh, P. i altres (1978), *The rules of disorder*, London, Routledge y Kegan Paul.
- Puig, N. i Soler, S.(2004), *Dona i esport a Espanya: estat de la qüestió i proposta interpretativa*, Revista Apunts educació física i esport, nº76, Barcelona, INEFC.
- Puig, N. i Zaragoza, A. (1994), *Lectures en sociologia de l'oci i de l'esport*, Barcelona, Universitat de Barcelona.
- Puig, N. (1996), *Joves i esport. Influència dels processos de socialització en els itineraris esportius juvenils*, Barcelona, Secretaria General de l'Esport.
- Roberts, G. C. (1992), *Motivation in sport and exercise*, Human Kinetics Publishers, Juc. (Trad. cast.: *Motivación en el deporte y el ejercicio*, Bilbao, Desclée De Brouwer, 1995).
- Rosich, M. (1999), "Satisfacción de los y las adolescentes con el deporte", en *Psicología de la actividad física y el deporte*, vol. I, pàgs. 173-181, Murcia.
- Rosich, M. (2000), "La relación entre la autoestima y la satisfacción en el deporte en adolescentes entre 12 y 14 años", en *Aplicaciones en psicología social*, pàgs. 495-500, Madrid, Biblioteca Nueva.
- Rosich, M. (2004), "Relación entre la satisfacción vital y la satisfacción en el deporte de un grupo de adolescentes entre 12 y 14 años", *Ocio y Deporte. Un Análisis Multidisciplinar*, 27, pàgs. 77-92, Bilbao.
- Veenhoven, R. (1984), *Conditions of Happiness*, Dordrecht, D. Rei-

del Publ.

Veenhoven, R. (1994), "El estudio de la satisfacción con la vida", *Intervención Psicosocial*, 9, pàgs. 87-116.

Weinberg, R.S. i Gould, D. (1996), *Fundamentos de psicología del deporte y el ejercicio físico*, Barcelona, Ariel Psicología.

Zaragoza, A. i Puig, N. (1990), *Oci, esport i societat*, Barcelona, PPU.